ユニークな発想と技術で食を創造する（株）食健の情報誌”ぽ”

PO vol.32 2010

”ぽ”は商品をお買い上げいただいた方に無料で定期配布しております。
お問い合わせ、または**配布停止希望**の方はフリーダイヤルまで。
0120-562-221（月～金　9:00～17:00）

オゾンのある生活

オゾンの作用
①殺菌
②脱臭
③漂白

オゾンとは・・・酸素原子３つでできていて、強力な酸化作用を持っています。ウイルスの不活化・殺菌・脱臭・漂白効果と同時に、細胞に活力を与える働きを持っています。

水の浄化や食品工業、製紙工業、医療などに使われてきましたが、家庭用の洗濯機にも利用され、身近なものになりました。

食健でオゾン発生器を販売するようになってから５年も経ちましたが、ご購入いただいたお客様にはご家庭で存分にご活用いただいております。

オゾンは特有のにおい、強い酸化力を持つ気体なのですが、正しくお使いになればオゾンの様々な作用が皆様の生活でお役立ていただけます。

これからの季節にぜひ利用していただきたいのがオゾン風呂。お風呂に含まれたオゾンは急速に酸化作用をしながらお湯の殺菌、脱臭、湯アカ等を分解した後、お湯の中に酸素として溶け込みます。

使い方としては入浴前、浴槽にためたお湯の中にオゾン発生口であるストーンを入れて、15～30分、お湯にオゾンをたっぷり含ませます。オゾンの匂いが気にならない方は入れたままお入りください。殺菌作用により肌を清潔に保てますのでかゆみやあせもなどのケア、またアトピーの方にもおすすめします。

また、排水口の殺菌や脱臭、浴室内のカビ防止など、清潔に保ちます。

その他、おすすめの利用法に食品の洗浄があります。身近で購入できる食品のほとんどに化学的な添加物が含まれていたり、薬品の処理がされています。農産物には農薬、食肉は飼料に薬品が使われていたりと、継続的に食べると身体に与える影響が懸念されます。

オゾンをためた水にそのような食品を入れて洗浄することで、添加物や農薬が軽減されます。

さらに、オゾン水。オゾンを含ませた水を飲むことで、体内細胞の賦活作用が期待できます。オゾン水でうがいすることで口臭や風邪の予防などにも活用できます。

付属品

オゾン発生器　『クリオネ』

¥312,900(税込)

見やすいタッチパネルを採用していますので操作がラクラク。本体にステンレスを用いることで耐久性を高めました。さらに飽きのこないシンプルなデザイン、場所をとらない形に設計。

活性炭フィルターが内蔵されていますので、粉塵を濾過した空気でオゾンを発生させます。さらに、逆流防止弁が内蔵されていますので、水位より低い位置に設置しても水の逆流を防ぎ、それによるダメージを軽減します。

本体●サイズ　高さ 410× 幅 160× 奥行 175mm●重量　4.3kg
付属品●エアストーン (ホース 1.5m 付き)2 個●浴槽ストーン (ホース 2m 付き)●延長用ホース 2m●ジョイントホース 35cm

オゾン水専用タンク 〈オプション〉

¥47,250(税込)

医療用機器に使用されるステンレスを使用し、機能性を重視しました。

●サイズ　高さ 392× 直径 160mm(蛇口を除く)●重量 2.4kg●容量 4.5 リットル●ステンレス製●滑り止めシリコン付き

豆腐洗浄中

さらに使い方あれこれ…

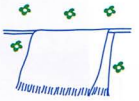
タバコなど、イヤな臭いの脱臭。室内の空気清浄(リラックス効果)。

野菜、果物、お米の農薬を軽減。鮮度保持。魚介類、肉類、加工食品の洗浄。

水道水の有害物質の分解、脱臭。

つくりたてのオゾン水でうがい(口臭やカゼ予防)。

キッチン用品の殺菌、漂白効果。幼児用品の殺菌洗浄。


衣類や毛布、タオルケットのつけ置き洗浄で殺菌、漂白。

オゾン発生器『クリオネ』の正しい使用のお願い

オゾン発生器『クリオネ』はオゾンを家庭で使えるように開発されました。用途に応じて人体に影響のない濃度に設定されているので安全にご使用いただけます。

ただし、オゾンの吹き出し口から直接オゾンガスを吸い込むようなことは危険ですので、ご使用は取扱説明書に明記されている方法以外には決してなさらないようにお願いします。

正しくお使いになればオゾンのいろいろな作用が皆様のさまざまな生活シーンでお役立ていただけますので、これからも『クリオネ』の上手な使用をお心がけえ下さい。

通常濃度のオゾンであればすぐ酸素に変化してしまうので心配はいりません。しかし、濃度が高くなって臭いが気になったり、気分が悪くなった時には使用を中止し、空気を入れ替えてください。

< 重要 >

●換気をよくして使用すること

●オゾンを直接、口や鼻にあてないこと。口や鼻に近づけた場合は吸い込まず、息を止めてください。

『ハイジェニック』

お知らせ

以前販売しておりましたオゾン発生器『ハイジェニック』と『BMB』の部品 (ホース、エアーストーン、プレート等) の在庫が残りわずかになりました。取り替え時期のものや買い置きしたい方はお早めにご購入されることをおすすめします。

在庫がなくなりましたら『クリオネ』の部品をお使いいただきますようお願いします。

『BMB』

「エンザイム・ガンバとプレーンガンバをどう使い分けたらいいのでしょう？」
「陽緑サラダとナチュバランス 55 の違いは…？」
などといったお問い合せがたびたびあります。
そこで、『エンザイム・ガンバ』と『プレーンガンバ』、
『陽緑サラダ』と『ナチュバランス 55』の違いを皆様に理解していただき、
上手に活用していただけるようにまとめました。

『エンザイム・ガンバ』と『プレーンガンバ』はどちらも主食です。それぞれの特長は…

機能性の高い玄米加工食品

玄米をベースにキヌアやアマランサス、油抜きの黒ゴマ、酒粕発酵物、さらに、発酵玄米や亜麻仁など、玄米単品ではとることができない栄養成分を配合した高機能玄米加工食品です。『エンザイム・ガンバ』だけで**主食と副食を一度にとることができます。**

強力に健康を維持したい、または本格的に体質改善したい方におすすめします。

約180g（約30g×6袋）¥5,880（税込）
約600g（約30g×20袋）¥18,480（税込）
原材料名：玄米、アマニ、黒ゴマ、発酵玄米、アルファー化でん粉、キヌア、酒粕発酵物、アマランサス、食物繊維（イヌリン）、醸造味噌、深層水、食塩、青海苔粉（アオサ）、酵母エキス、羅漢果エキス、昆布エキス、醸造酢、かん水

シンプルな玄米加工食品

『エンザイム・ガンバ』に比べて玄米の配合量を多くし、発酵玄米やアマランサスなどで必須アミノ酸などを補いました。**吸収のよい主食として働きます。**副食（ナチュバランス 55 など）を補ってお召し上がりください。

玄米を食べられない方や虚弱体質の方におすすめします。

約450g（15g×30袋）　¥8,820（税込）
原材料名：玄米、発酵玄米、アマランサス、食物繊維（イヌリン）、醸造味噌、海洋深層水、食塩、青海苔粉（アオサ）、酵母エキス、羅漢果エキス、昆布エキス、醸造酢、かん水

『陽緑サラダ』と『ナチュバランス 55』とはどちらも主食を補う強化食です。それぞれの特長は…

集中的に体質改善したい方に

スピルリナやヒノキを主体に、籾付玄米やケール、大麦若葉末、にがうり末、など多種多様な原料を配合し、**機能性を高めた**食品。中性脂肪やコレステロール値が高いなど、具体的な症状や疾患に働きかけます。

本格的に体質改善したい方におすすめします。

約20g（250mg×約80粒）　¥5,250（税込）
約100g（250mg×約400粒）　¥22,680（税込）
原材料名：スピルリナ、ヒノキ樹皮、ケール、大麦若葉末、にがうり末、玄米、籾、食用酵母（亜鉛、銅、セレン含有）、クマザサ、桑葉末、イチョウ葉抽出物、アサイエキス、アマニ抽出物（リグナン含有）、紅麹

毎日の健康を維持したい方に

『陽緑サラダ』に比べて**機能性を緩めた**原料を使用。陰性と陽性のバランスを 5：5 にすることで好転反応を抑制し、身体の新陳代謝に合わせて緩やかに体内クリーニングを助けます。

食健商品が初めての方や健康を維持したい方におすすめします。

約24g（300mg×約80粒）¥3,990（税込）
約90g（300mg×約300粒）¥12,600（税込）
原材料名：籾玄米、発酵黒ニンニク、クロレラ、大麦若葉末、ケール、にがうり末、マカエキス、キャッツクローエキス、エルカンプーレエキス

8/4(水)より、いよいよ玄米の予約注文が始まります。

おいし〜ぃ♪

食健がおすすめする玄米は３種。
生産者のこだわりによる工夫と手間が一粒一粒に凝縮されています。
子供たちにもわかる新米のおいしさ。ぜひ、ご賞味ください。

大地と太陽の結晶。伊藤さんの玄米

有機堆肥と炭をふんだんに使い、最高の土壌環境で自然浄化した水を使用して栽培されています。化学肥料や農薬は一切使わず、除草は人の手で行うなど手間ひまかけて育てられています。●品種：コシヒカリ●産地：千葉県●使用割合：100%●生産年：平成 22 年●賞味量:5kg(真空パック)●生産者：伊藤茂雄●価格:4,410 円 (税込・送料別)

合鴨がパートナー。藤村さんの玄米

炭を利用して土壌環境を整え、良質の発酵肥料によって育てています。除草剤を一切使用せず、約 500 羽の親合鴨と共に無農薬で体と環境にやさしいお米作りに励んでいます。●品種：コシヒカリ●産地：滋賀県●使用割合：100%●生産年：平成22年●賞味量:5kg(真空パック)●生産者：藤村明●価格:4,410 円 (税込・送料別)

清水に育まれたお米。西島さんの玄米

脱サラして無農薬での有機栽培に取り組んでいる西島さん。分析結果をもとに土壌のバランスを整え、稲自身が持つアレロパシー（他感作用）や微生物を利用した米作りを行っています。●品種：コシヒカリ●産地：富山県●使用割合：100%●生産年：平成 22 年●賞味量：5kg（真空パック）●生産者：西島守●価格：4,410 円 (税込・送料別)

定価 ~~4,725~~ 円→4,410 円（税込）/5kg→〈お買い得〉

●販売期間：平成 22 年10月下旬より販売予定(天候や産地によって、多少遅れることがあります)。

●予約販売開始日：**平成22 年8月４日(水)より9月２日 (木) までご予約を承ります。**なお、ご予約後のキャンセルはお受けできませんのでご了承ください。

●注文方法：別紙の注文用紙に記入したものをファックスしていただくかお電話にてご注文ください。

※販売店よりお買い求めのお客様は、販売店に直接ご注文ください。

※伊藤さんの玄米は 10 トン、藤村さんの玄米は 1 トン、西島さんの玄米は 1 トンご用意させていただきました（完売となり次第、販売終了とさせていただきます)。

●お支払方法：玄米と同封の払込取扱票にてお支払いください。

〈こんな特典があります〉

平成 22 年９月２日(木)までに年間予約された方全員に、120kg につき 5kg の玄米をプレゼントさせていただきます。予約期間外でのお申し込みには適用されません。

※プレゼント分は最後の配達の月に発送いたします。なお、プレゼント分の送料はお客様のご負担となりますことをご了承ください。

※プレゼントの銘柄は選べません。

玄米（20kg まで）発送先別送料（税込）

東京　神奈川　千葉　埼玉　茨城　栃木　群馬　山梨 新潟　長野　富山　石川　福井　滋賀　岐阜　愛知 三重　静岡　大阪　奈良　京都　兵庫　和歌山	￥472
北海道	￥735
青森　秋田　岩手	￥630
山形　宮城　福島	￥525
島根　鳥取　山口　岡山　広島	￥525
香川　徳島　高知　愛媛	￥630
福岡　佐賀　長崎　大分　熊本　宮崎　鹿児島	￥630
沖縄本島	￥1,575

（株）食健へのご注文は

●フリーダイヤル：0120-562-221

●フリーファックス：0120-364-333（24 時間受付）

前号（ぽ vol.31）に記載の『ゴマ & ごぼうのあんもごき』のレシピに脱字があり、お詫びを申し上げますとともに、訂正をさせていただきます。

材料※半分量でもOK
姿煮ゴマ・・・・・・
ごぼうペースト・・・
黒ゴマパウダー・・・
陽梅・・・・・・・・

↓

材料※半分量でもOK
正
A姿煮ゴマ・・・・・
Bごぼうペースト・・
C黒ゴマパウダー・・
D陽梅・・・・・・・

純玄米みその結晶について

『純玄米みそ』の中に半透明または白っぽい色などの結晶が混じっていることがあります。これはアミノ酸の一種、チロシンという成分で、長期熟成することで生じる結晶です。短期で製造された味噌にはみられません。

身体にはまったく影響がありませんので、安心してお召し上がり下さい。

今年の夏期休業は 平成22年8月12日（木）～ 8月16日（月）

上記期間に留守番電話・ファックスでいただきましたご注文つきましては、17日（火）以降の発送となります。また、11日（水）の午後のご注文分につきましても同様に17日（火）以降の発送になりますのでご了承ください。

千坂式食療法セミナーのご案内

千坂式食療法への理解を深めるとともにユーザーの方々との交流を図るために、千坂式食療法セミナーを従来の大規模な講演会のみではなく、小規模な形でも実施しています。この機会に千坂式食療法を深く理解・実践してみませんか？皆様方のご参加をお待ちしております。

〔セミナーは2部形式です〕

●第1部／千坂式食療法普及協会主催　TEL：03-5928-5250（平日 am9:00 ～ pm5:00 受付）
千坂式食療法のお話や体験談、千坂式に関するご質問にお答えします。
※会員は無料です。
※非会員は 1,000 円。ただし、当日会員になると、セミナー料金は無料になります。

●第2部／株式会社 食健主催　TEL：03-5911-5533　（平日 am9:00 ～ pm5:00 受付）
食健の商品を取り入れた千坂式実践のお話。※どなたでも無料

●料理教室／千坂式食療法普及協会主催　TEL：03-5928-5250（平日 am9:00 ～ pm5:00 受付）
※参加費：大人 1,000 円、子供（小学生以上）500 円 / 小学生以下は無料
食健の商品を取り入れた料理講習会　※参加希望の方は事前に申し込みが必要です。

※セミナーは追加する場合がありますので、最新情報は食健公式サイト http://www.shokken.jp をご覧ください。※千坂式食療法普及協会発行資料『食べ物と体の関係』とお持ちの方はご持参下さい。

実施日・場所	時間・内容	会場	お問い合せ先
6/16（水）八戸（要予約）	10：00～料理 13：00～体験交流会	エリナ八戸	エリナ八戸 0178－44－6461
6/17（木）仙台（要予約）	10：00～料理 13：00～体験交流会	仙台市福祉プラザ 9階調理室	本郷清子 022－279－2792
7/3（土）松山	13：00～千坂式セミナー	えひめ共済会館　末広の間	蓬莱庵 089－924－2128
7/4（日）沖縄（要予約）	10：00～料理 13：00～体験交流会	（有）陽報	（有）陽報 098－858－8376
7/16（金）東京	13：30～千坂式セミナー	豊島区生活産業プラザ 8階多目的ホール	㈱食健 03―5911－5533
7/25（日）広島（要予約）	10：00～料理 13：30～体験交流会	健康福祉センター 3階栄養実習室	㈱健康生活社 0846－27－9038
8/2（月）札幌（要予約）	10：00～料理 13：00～体験交流会	かでる2.7　6階学習室	原田もと子 011－388－6844
9/18（土）松山	13：00～千坂式セミナー	松山市総合コミュニティセンター 2F第8会議室	蓬莱庵 089－924－2128

割引

オリジナル商品（割引対象商品）はご注文の合計金額に応じて割引されます。※表示金額は定価となります

ご注文の合計金額（税込）
- ●¥5,250 以上……10%引き（送料有料）
- ●¥10,500 以上……20%引き（送料無料）
- ●¥31,500 以上……30%引き（送料無料）

ご注文とお届け

●ご注文専用ダイヤル **0120-562-221**（月曜日〜金曜日　午前 9：00〜午後 5：00）

●ご注文専用ファックス **0120-364-333**（24 時間受付）

当日出荷希望は午前 11：30 まで。商品に関するご質問やお問い合わせは 03-5911-5533 まで

※時間を過ぎた場合は翌営業日出荷となります。
※出荷後、翌日〜6 日でお届けいたします（交通機関などの諸事情により、多少の遅延が生じる場合があります）。
※ご注文の際にお届け日や時間帯の指定を承っております。
※上記以外の時間および土曜、日曜、祝日は留守番電話が対応いたします。お名前、郵便番号、ご住所、お電話番号、商品名、個数をお知らせください。
※商品は全国の販売店でもお求めになれます。

送料

※オリジナル商品（割引対象商品）とセレクト商品（割引対象外商品）をご注文いただいた際、オリジナル商品の合計金額が¥10,500（税込）未満の場合は送料がかかります。
※セレクト商品（割引対象外商品）のみのご注文は送料がかかります（玄米の送料は別途になります）。

地域名	北海道	青森・秋田 岩手・山形	宮城・福島	東京・神奈川 埼玉・千葉 山梨・群馬 栃木・茨城 新潟	富山・長野 愛知・岐阜 石川・三重 福井・静岡	京都・大阪 兵庫・奈良 滋賀・和歌山	鳥取・広島 岡山・山口 島根・香川 愛媛・徳島 高知	福岡・佐賀 大分・長崎 宮崎・熊本 鹿児島	沖縄
送料	¥945	¥682	¥577	¥525	¥577	¥682	¥787	¥945	¥1,260
お届け日	翌々日	翌日	翌日	翌日	翌日	翌日	翌日午後〜翌々日	翌々日	翌々日

お支払い

商品到着後、1 週間以内に同封された郵便局専用払込取扱票にてお支払いください（手数料無料）。

返品・交換

返品・交換は商品到着後、7 日以内にご連絡のうえお願いします。お客様のご都合による場合の送料はお客様負担となります。万一、破損や汚損品、異なる商品が届いた場合はお手数ですがご連絡ください。弊社より、返品や交換にともなうご案内をさせていただきます。

〔返品・交換不可〕
- ●商品到着後 8 日以上経過したもの
- ●お客様のもとで破損または汚損が生じたもの
- ●開封したもの

http://www.shokken.jp

弊社ではお客様の個人情報は、ご注文いただきました商品の配送、カタログ・情報誌・お知らせの送付、連絡などの営業活動、及び千坂式食療法普及協会に関する情報、お知らせに限って使用させていただきます。

企画・編集：株式会社 食 健 〒171-0021 東京都豊島区西池袋5-13-12 MKビル2F TEL.03-5911-5533●発行人：千坂英樹●発行所：株式会社 食健●印刷所：栄進印刷株式会社

正誤訂正表

情報誌「ぽ」の第32号に以下の誤りがありました。
お詫びしてここに訂正させていただきます。

誤	正
P1 『クリオネ』の正しい使用のお願いの内容。 これからも『クリオネ』の上手な使用をお心がけ<u>え</u>下さい。	P1 『クリオネ』の正しい使用のお願いの内容。 これからも『クリオネ』の上手な使用をお心がけ下さい。
P4　レシピ名 ゴマ＆ごぼうのあんも<u>ごき</u>	P4　レシピ名 ゴマ＆ごぼうのあんも<u>どき</u>